

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Desminore atau nyeri haid adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon *progesteron*. Jika dismenore tidak segera diatasi akan mengganggu kegiatan sehari-hari yang mengalaminya (Kusmiran, 2013). Dismenore yaitu nyeri pada saat menstruasi. Dismenore ada 2 macam yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenore primer adalah dismenore yang tanpa adanya kelainan pada alat genitalia. Dismenore sekunder adalah dismenore dengan adanya kelainan pada alat genitalia, seperti adanya tumor, radang, dll (Gunawati & Nisman, 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 angka kejadian dismenore di dunia sangat besar yaitu 1.769.425 perempuan 90% perempuan di usia produktif setiap negara mengalami nyeri haid. Di Amerika Serikat, prevalensi dismenorea diperkirakan 45 – 90 %. Tingginya angka tersebut diasumsikan dari berbagai gejala yang belum dilaporkan. Banyak perempuan yang membeli obat sendiri dan tidak berkunjung ke dokter. Sedangkan di Indonesia perempuan yang mengalami dismenore mencapai 107.673 jiwa selama menstruasi. Angka kejadian nyeri haid atau dismenore ini berkisaran 45-95% di kalangan wanita usia produktif (Oktorika et al., 2020). Untuk di daerah Jawa Barat angka kejadian dismenore yaitu sebanyak 54,9 % wanita mengalami dismenore, terdiri dari 24,5% mengalami dismenore ringan, 21,28% mengalami dismenore sedang dan 9,36% mengalami dismenore berat.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada tanggal 20 Februari 2022 Kampung Sorog Kabupaten Sukabumi didapatkan 7 diantaranya mengalami riwayat dismenore saat menstruasi dengan skala nyeri 6 dari 0-10. Data didapat melalui wawancara dan pengumpulan informasi terhadap 10 responden. Cara mereka mengatasi dismenore dengan terapi non farmakologi yaitu menggunakan minum air putih, terapi minyak kayu putih dan tidur. Tetapi hasilnya dismenore masih terasa dan mengatakan mereka ingin ada solusi lain selain terapi tersebut dan pengguna

obat. Sedangkan yoga belum pernah dilakukan oleh penderita dismenore di Kampung Sorog.

Faktor penyebab yang mengaplikasi terjadinya dismenorea primer yaitu menarche dini (usia pertama kali menstruasi < 12 tahun), Kurang atau tidak pernah berolah raga, Siklus Haid memanjang atau Lama haid lebih dari normal (7 hari), Mengonsumsi alkohol, Riwayat keluarga yang positif, dan Merokok. Jenis yang kedua, yaitu dismenore sekunder, disebabkan oleh kondisi medis lain, biasanya yang paling sering adalah *endometriosis*. Ini merupakan kondisi di mana jaringan *endometrium* tertanam di luar rahim. *Endometriosis* sering menyebabkan perdarahan internal, infeksi, dan nyeri panggul (Herawati, 2017).

Dampak dismenore dalam skala ringan atau berat sangat merugikan dan mengganggu bagi wanita yang mengalaminya terutama bagi remaja putri yang masih duduk di bangku sekolah dapat mengganggu aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun bahkan tidak ada sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap dan dalam kondisi yang sangat parah dapat menyebabkan tidak sadarkan diri. Oleh sebab itu dismenore pada remaja perlu mendapat perhatian dari orang tua masing-masing seperti memberikan penanganan yang tepat baik secara farmakologis atau non farmakologis (Novryanthi, 2021).

Penanganan dismenore penting dilakukan di masyarakat agar hal ini tidak mengganggu aktivitas sehari-hari. Penanganan dismenorea bisa dilakukan dengan dua cara yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologis dengan menggunakan obat golongan *nonsteroid anti-inflammatory agents* (NSAIDs) diantaranya ada ibuprofen dll, akan tetapi obat-obatan tersebut menyebabkan ketergantungan dan memiliki kontraindikasi seperti hipersensitivitas, dll. Secara non farmakologi bisa dicoba senam aerobik, jalan kaki, bersepeda atau berenang, tidur lama sebelum dan saat haid, kompres panas atau dingin di daerah perut jika sakit dan untuk meredakan nyeri. (Kusmiran, 2013).

Yoga yang disebutkan dapat menurunkan dismenore telah terbukti dari beberapa penelitian yang telah dilakukan, salah satunya penelitian dari Novryanthi, (2021) dengan judul efektivitas terapi yoga terhadap intensitas dismenore pada

mahasiswa menyimpulkan bahwa terdapat aplikasi yoga terhadap penurunan tingkat dismenore pada mahasiswi AKPER Cianjur. Didukung juga hasil penelitian Zulkarnai, (2015) bahwa terdapat hasil yang signifikan dalam penurunan nyeri pada siswi SMAN 1 Simo Boyolali yang dilakukan yoga.

Melihat fenomena dismenore di Kampung Sorog ini, maka peneliti tertarik untuk meneliti aplikasi yoga terhadap nyeri Dismenore pada Nn. S di Kampung Sorog

B. Tujuan Penulisan

1. Melakukan pengkajian asuhan keperawatan pada penderita dismenore
2. Merumuskan masalah keperawatan pada penderita dismenore
3. Mengaplikasikan perencanaan asuhan keperawatan Aplikasi Yoga Terhadap Nyeri dismenore Pada Nn. S
4. Menerapkan implementasi asuhan keperawatan Aplikasi Yoga Terhadap Nyeri Dismenore Pada Nn. S
5. Mengevaluasi tindakan keperawatan Aplikasi Yoga Terhadap Nyeri Dismenore Pada Nn. S

C. Manfaat Penulisan

1. Institusi

Karya tulis ilmiah ini diharapkan menjadi tambahan dalam bacaan untuk mahasiswa Prodi D III Keperawatan Universitas Muhammadiyah Sukabumi, khususnya dalam pengaplikasian yoga terhadap nyeri dismenore

2. Tempat Kegiatan

Menambah wawasan bagi masyarakat setempat mengenai dismenore dan penatalaksanaan menggunakan teknik yoga.

3. Keluarga dan Pasien

Dapat menambah informasi kepada keluarga dan responden mengenai masalah dismenore dan dapat mengaplikasikan secara mandiri.